

## بیداری دل و زندگی پاک

روزها فکر من این است و همه شب سختم  
از کجا آمده‌ام، آمدنم بهر چه بود  
مانده‌ام سخت عجب کز چه سبب ساخت مرا  
که چرا غافل از احوال دل خویشتنم  
به کجا می‌روم آخر نمایی وطنم  
یا چه بوده است مراد وی از این ساختنم

(مثنوی مولوی غزلیات شماره ۵۴)

مضمون این شعر بیانگر مهمترین سرّ الهی است که برای هر انسان جستجوگر و هدفمندی وجود دارد. ابیات فوق حداقل چهار پرسش اساسی را مطرح می‌کند:

۱- از کجا آمده‌ام؟، ۲- برای چه آمده‌ام؟، ۳- به کجا می‌روم؟، ۴- چرا آفریده شده‌ام؟...

به این سئوالات دو پاسخ کلی داده شده و می‌شود:

اول: از عدم آمده‌ام/ خدا مرا آورده است.

برای لذت بردن از زندگی آمده‌ام/ برای رسیدن به کمال آمده‌ام.

به عدم می‌روم/ به عالمی دیگر (آخرت) می‌روم.

سیر تکاملی طبیعت مرا آورده است/ خدا به رحمتش مرا آورده است.

دو پاسخ فوق طیفی گسترده دارد؛ در گروه اول عده‌ای جز به تلمین منافع شخصی به هیچ اصلی پایبند نیستند، عده‌ای هم، هر چند به آفریدگار و قیامت باور ندارند، اما به قانون، اخلاق، انسانیت و منافع دیگران نیز پایبندند. در گروه دوم نیز به رگم وحدت نظری، طیفی گسترده از دیندار موروثی مقلد، تا دیندار محقق عارف وجود دارند؛ عده‌ای دین را برای دنیا طلب می‌کنند و عده‌ای دنیا را برای آخرت و حیات جاوید در جوار الهی.

با این حال در عمل و در عالم واقع، چندان تفاوتی میان اکثریت گروه اول و گروه دوم مشاهده نمی‌شود و به نظر می‌رسد دینداری دنیا طلبانه سنتی فرق چندانی با بی‌دینی دنیا طلبانه ندارد و هر دو به دنبال دنیا می‌روند، هر چند با عقاید نظری متفاوت.

### چرا چنین است و چه باید کرد؟

همه قبول داریم که ادعا و ایمان زبانی کافی نیست و دینداری باید در عمل تحقق یابد، اما چرا ایمان بسیاری از ما به عمل منتهی نمی‌شود و در سطح زبان باقی می‌ماند؟ پاسخش را باید در فراموشی و غیبت ارزش‌های ایمانی در قلب یافت. ایمان مثل «عقیده» امری ذهنی و نظری نیست، با باور شروع می‌شود و با اعضاء و جوارح به عمل در می‌آید.

اما چرا ایمان‌هایی در عمل مشاهده نمی‌شود؟... به خاطر غیبت اصل ایمان در دل... راه حل چیست؟

«حضور» همیشگی اساس ایمان، یعنی «خدا» در دل، حضور زنده و دائمی او در همه حرکات و سکنات، آن‌گونه که در وصف اندیشمندان خدامحور (اولوا الالباب) در قرآن آمده است (آل عمران ۱۹۰ تا ۱۹۴).

در دعای کمیل می‌خوانیم: پروردگارا، گناهان مرا که دعاهایم را حبس می‌کند (مرا اسیر دنیا می‌کند) ببخش... پروردگارا، از دعاهایی (زبانی) که شنیده نمی‌شود! و از نمازهایی که (از نیازهای دنیایی) بالا نمی‌رود! به تو پناه می‌برم.<sup>(۱)</sup>

همه این چراها که از انتخاب اشتباه در دوراهی: خدا/ خود/ رحمن/ شیطان. هُدی/ هوی. ایمان/ کفر. اخلاص/ شرک. عقل/ نفس. آگاهی/ تقلید. پیروی از هُدی/ پیروی از غریزه و... ناشی می‌شود.

مسیر درست ( صراط مستقیم) به سوی خدا، همان آیین توحیدی خالص از شرک با هدایت کتاب آسمانی و به مدد تفکر و تعقل است که به سعادت منتهی می‌گردد و مسیر اشتباه ( گمراهی)، به وسوسه شیطان، هوای نفس، پیروی از غرایز (شکم و شهوت و شهرت و...) به دوزخ آثار ظلم و ستم منتهی می‌شود.

مولوی در بحث «تنازع عقل و نفس» (دفتر ۴ بخش ۵۸)، تضاد و تنافر این دوراهی را در قصه لیلی و مجنون به زیبایی به تصویر کشیده است؛ مجنون سوار بر ناقه‌ای در سفر به کوی لیلی، دلش یکسره به معشوق است و در جهت مخالف، دل آن ماده شتر نزد گره تازه تولد یافته‌ای در خانه!

در این منظومه زیبا و لطیف، سوار (مجنون) نماد عشق است و مرکب (ناقه)، نماد «تن» (غرایز و تمایلات نفسانی). مادام که دل مجنون پیش لیلی، چشمش به راه و دستش به افسار مرکب است، به هدف نزدیک می‌شود، اما با هر غفلت و خواب رفتنی، ناقه مراقب که مهار را سست می‌یابد، بی درنگ مسیر مخالف به سوی گره را در پیش می‌گیرد!

چون به خود باز آمدی دیدی زجا کو سپس رفته است فرسنگ‌ها

در سه روزه ره بدین احوالها ماند مجنون در تردد سال‌ها

گفت ای ناقه چو هر دو عاشقیم ما دو ضد بس هم‌ره نالایقیم

پس از شرح این تنازع و تبیین دلایل آن، مولوی سرانجام پیام خود را در پاسخ به سؤالات چهارگانه ابتدای کلام چنین می‌سراید:

روزگارم رفت زین گون حالها همچو تیه و قوم موسی سالها

عشق مولی کی کم از لیلی بود گوی گشتن بهر او اولی بود

گوی شو میگرد بر پهلوی صدق غلط غلطان در خم چوگان عشق

کین سفر زین پس بود جذب خدا وان سفر بر ناقه باشد سیر ما

مرغ باغ ملکوتم نی‌ام از عالم خاک چند روزی قفسی ساخته‌اند از بدنم

من به خود نامدم اینجا که به خود بازروم آنکه آورد مرا باز برد در وطنم.

این مثالی باستانی از سرزمین و سنتی است که شتر بهترین مرکب راهوار در صحراهای خشک و سوزان کویری ایران به شمار می‌رفت. در این روزگار که اتومبیل، قطار، کشتی و هواپیما وسایل نقلیه غالب محسوب می‌شوند، ضرورت مراقبت مجنون را باید در نقش راننده، سوزن بان، ناخدا و کاپیتان به مثال آورد که عدم مراقبت دائمی آنان، موجب مرگ صدها سرنشین می‌شود.

قرآن نیز برای مخاطبان نخستین خود که در شبه‌جزیره عربستان با سفرهای دریایی آشنا بودند از حرکت کشتی‌های بادی مثال آورده و ضرورت توجه مستمر کشتیبان (به وضعیت جوّی، نقشه راه، قطب نما، هدایت کشتی) و صبر و مقاومت در برابر طوفان‌های درهم شکننده (همچنین پایین آوردن بادبان در این شرایط) و انتخاب زاویه مناسب آن با باد مساعد را با ۴ بار تکرار جمله زیر مورد تأکید قرار داده است.<sup>(۱)</sup>

بی شک در این مثال بس نشانه‌هاست برای هر (انسان) دایماً در صبر (مقاومت) و شکر (استفاده بهینه از امکانات - باد مساعد). «ان فی ذلک لآیات لکل صبار شکور»

قرآن این جمله را دوبار دیگر، درباره کشتی سرنوشت امت‌هایی که به مقصد (موفقیت و پیروزی) رسیدند، و یا در گرداب شرک و طوفان اختلافات غرق شدند، مطرح کرده است، مثال نخست درباره قوم اسیر و برده بنی‌اسرائیل است که با مقاومت در برابر ظلم و شکنجه نظام فرعون به پیروزی و نجات رسید و مثال دوم از قوم سبا که به رغم برخورداری از همه نعمات دنیایی به دلیل «ناشکری» (قدر نعمت نشناختن) و شرک و کفر، کشتی سرنوشت‌شان به گل نشست.<sup>(۲)</sup>

حضور قلب و به یاد داشتن دائمی خدا در قرآن «ذکر» نامیده شده است؛ ذکر، بر خلاف تصور عمومی، تکرار الفاظی مقدس به تسبیح و سجاده نیست، خلاف ذکر، «نسیان» یعنی فراموشی است، ذکر به خاطر سپردن چیزی در ذهن و به یاد داشتن دائمی آن در برابر آفت غفلت و اعراض و اشتغال به اموری فرعی است و از نظر لغوی «حفظ و حضور» بیداری دل شمرده می‌شود.

مشتقات واژه «ذکر» جمعا ۲۸۸ مرتبه در قرآن تکرار شده که دلالت بر اهمیت و کلیدی بودن این مفهوم در ایمان اسلامی می‌کند. اهل لغت میدان «ذکر» را قلب و زبان شمرده‌اند، اما به نظر می‌رسد زمینه قرآنی آن بسی فراتر است و در عمل نیز، همچنان‌که مراقب و هشیار بودن هر راننده‌ای در مواقع خطر، در چشم و گوش و دست و پا و اندامش ظاهر می‌شود، ذکر همه اعضاء و جوارح را در بر می‌گیرد و نمی‌توان بیدار و هشیار بود و عکس‌العملی نشان نداد.

اگر «صادق» بودن محک تشخیص ایمان و ادعاست، ذاکر بودن نیز در عمل آشکار می‌شود، نمی‌توان در دل و زبان به یاد خدا بود و در عمل اقدامی در امداد به مستمندان انجام نداد.

## آنچه نباید فراموش کرد

۱- **یاد خدا:** مهمترین چیزی که یک باورمند به خدا نمی‌تواند آنرا به فراموشی بسپارد، «یاد خدا» در همه حال و همه لحظات زندگی است،<sup>(۴)</sup> نشانه روشن آن وصفی است که قرآن از خردمندان خدامحور (اولوالالباب) آورده است:

آل عمران ۱۹۰ تا ۱۹۵- «بی‌گمان در آفرینش آسمان‌ها و زمین و تناوب شب و روز بس نشانه‌هاست برای خردمندان، همانان که ایستاده و نشسته و بر پهلو خویشتن (در همه حالات و حرکات) خدا را به یاد می‌آورند و در آفرینش آسمان‌ها و زمین می‌اندیشند؛ پروردگارا، این (جهان بیکران) را به باطل نیافریده‌ای، منزهی تو...»

۲- **عهد الهی:** از آثار به یاد خدا بودن، به خاطر داشتن همان عهدی است که خدا با نیای نخستین انسان، همان آدم بست،<sup>(۵)</sup> و روز قیامت تک تک بنی‌آدم از آن عهد، پرسیده می‌شوند:

یاسین ۶۰- «ای فرزندان آدم، مگر با شما عهد نبسته بودم که شیطان را عبادت نکنید (رام و تسلیم و سوسه‌های او مباشید) و تنها مرا عبادت کنید که راه مستقیم همین است؟»

۳- **یاد بازگشت به سوی خدا:** باور به آخرت، مشابه آنچه همه ساله در رستاخیز بهاران شاهد هستیم، و تصور زندگی ابدی توأم با سعادت یا محرومیت، هر خردمند مأل‌اندیشی را به تأمل و تدارک آینده بی‌نهایت خود وا می‌دارد. قرآن از ابراهیم خلیل، فرزند و نوه‌اش (اسحق و یعقوب) که خالصانه به فکر خانه (ابدی) بودند،<sup>(۶)</sup> یاد کرده و مؤمنین را به پرهیز خدایی و آینده‌نگری و تدارک فردای قیامت هشدار داده است:

حشر ۱۸- «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، پروای خدایی داشته باشید و هر نفسی باید ببینید که برای فردا چه پیش فرستاده است و پروای خدا پیشه کنید که مسلماً خدا به آنچه می‌کنید کاملاً با خبر است.»

۴- **خود فراموشی:** به ظاهر چنین می‌آید که با فراموش کردن خدا، به خود بیشتر می‌رسیم، اما کدام خود؟ خود اسیر غرائز، که مرحله پیش از انسانیت است، یا خود آزاد و برخوردار از روح خدایی؟<sup>(۷)</sup> همان خودی که امانت دار موهبت «اختیار» است.<sup>(۸)</sup> فراموش کردن خدا، فراموش کردن همین خود دارای استعداد عروج از خاک به افلاک است:

حشر ۱۹- «مانند کسانی مباشید که خدا را فراموش کردند، و خدا نیز آنان را به فراموشی خود (استعدادهای کمال آفرین خودشان) دچار ساخت.»

۵- **یاد مرگ:** روی سنگ قبر خانم «انه ماری شیمل» فیلسوف و مثنوی‌شناس بزرگ آلمانی سخنی از پیامبر اسلام به زبان عربی حک شده است؛ «مردم خوابند، وقتی مردند بیدار می‌شوند» (الناس نیام فاذا ماتوا انتبهوا). اما بیشتر آدمیان خواب و بیداری را خلاف این

می‌پندارند و برای جلب منافع مادی هشیار و بیدارند. فراموش کردن منحنی غروب عمر و پیری و مرگ محتوم را درمائی جز یاد دائمی مرگ و بازگشت به سوی آفریدگار درمان نمی‌کند. به سخن پیامبر: «بسیار به یاد مرگ باشید که نابود کننده لذات است». (۹) مرگ که لحظه‌ای بیش نیست و همه چیز تمام می‌شود، پس از مرگ و عواقب و آثار ظلم و زیاده روی‌هاست که باید از آن بیم داشت:

کهف ۵۷- «کیست ستمگرها از آن‌که از یاد آیات خدا روی‌گرداند و آنچه را پیش فرستاده فراموش کند...»

## عوامل فراموشی یاد خدا

آنچه یاد خدا را از دل آدمی می‌برد بی‌شمار است، اما می‌توان مهمترین آنها را از نظر دل‌بستگی آدمی به آن‌ها برشمرد:

۱- **اموال، اولاد و خویشاوندان:** آیات متعددی در این مورد قابل ذکر است که به نمونه‌ای از آن اشاره می‌شود:

۹- «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، دارایی‌ها و فرزندان شما را از یاد خدا به بیهودگی مشغول نسازد که هرکس چنین کند خودش زیان برده است».

۲- **کار و کسب و خانه و زندگی:** سه نمونه زیر را ملاحظه نمایید:

۳- «بگو: اگر پدران، فرزندان، برادران، همسران و خویشان شما، اموالی که به دست آورده‌اید، تجارتی که از کسادی آن می‌ترسید و خانه‌هایی که دوستشان دارید، نزد شما محبوب‌تر از خدا و رسولش و جهاد در راهش هستند، پس منتظر باشید...».

تکاتر ۱ و ۲- «رقابت در زیاده طلبی تا دم مرگ شما را به بیهودگی مشغول ساخته است».

۹- «نور خدا» در خانه‌هایی است که... در آن مردمانی اند که تجارت و کسب و کار آن‌ها را از یاد خدا و برپاداشتن نماز و پرداخت زکات باز نمی‌دارد، از روزی بیم دارند که دل‌ها و دیده‌ها در آن زیر و رو می‌شوند».

۳- **همنشیان بد:** از دیگر موانع مهم یاد خدا، همنشینان ناهل و جایگزینان خدا در دل دنیاطلبان اند. این مانع را قرآن «قرین» نامیده، قرین کسی است که قرینه و نزدیک‌تر از همه به او باشد. مصداق آشکار چنین قرینی شیطان است، سپس آدمیان شیطان صفت:

زخرف ۳۶- «هرکه از یاد رحمن چشم دل فرو بندد، (مشغولیتی) شیطانی بر او می‌گماریم که همنشینش باشد».

مائده ۱۰۵- «ای مومنین، بر شماس (حفظ) خودتان، مبادا آنکه گمراه شده، وقتی هدایت شدید، زیانتان رساند».

## تقویت کننده‌های ذکر

۱- **کتاب آسمانی:** چه راهنمایی بهتر از خود خدا که مؤثرترین نحوه یادآوردن آنچه را که نباید فراموش کرد به ما آموخته است.

اصولا نام همه کتاب‌های آسمانی «ذکر» یعنی وسیله بیداری و هشیاری است، از جمله قرآن که در آیات زیادی از آن آمده است: ان هو الا ذکر للعالمین/ هذا ذکر مبارک/ قد انزل الله الیکم ذکرا/ کلا انها تذکره فمن شاء ذکره/ و....

۲- **نماز:** نمونه:

۹- «ای مومنان، هرگاه ندای نماز جمعه داده شد، به سوی «ذکر خدا» بشتابید و تجارت را رها کنید»

## ذکر بسیار!

در اوصاف دهگانه‌ای که قرآن از مردان و زنان شایسته برشمرده، دهمین، بلکه برترین آن‌ها «یاد کنندگان بسیار خدا» می‌باشد.<sup>(۱۰)</sup> مواردی را نیز که «یاد بسیار خدا» ضرورت داد، در زمینه‌های مختلفی یاد کرده است، از جمله: میدان نبرد که خشم و کین عدالت و انصاف را از یاد می‌برد،<sup>(۱۱)</sup> جاذبه افراطی شعر و شاعری<sup>(۱۲)</sup> جاذبه خرید و فروش<sup>(۱۳)</sup> و بالاخره، از جهت مثبت، غنیمت شمردن فرصت عمر را که در معرض رحمت و اسعه پروردگار رحمن و امداد فرشتگان او در خروج از تاریکی‌های فراوان به سوی نور واحد هستیم<sup>(۱۴)</sup> و بالاخره حضور در پرستشگاه‌های خدا.<sup>(۱۵)</sup>

دل آرام گیرد به یاد خدا.

رعد ۲۸- «الا بذکر الله تطمئن القلوب»

- ۱- «اللهم اغفر لی الذنوب التي تحبس الدعاء... اللهم انی اعوذ بک... من دعاء لا یسمع و من صلات لا ترفع و...».
- ۲- لقمان ۳۱- «ألم تر أن الفلک تجری فی البحر بیعمت اللہ لیریکم من آیاتہ إن فی ذلک لآیاتٍ لکل صَبَّارٍ شَکُورٍ» ؛ شوری ۳۳- «وَمِنْ آيَاتِهِ الْجَوَارِ فِي الْبَحْرِ كَالْأَعْلَامِ نَبِيًّا يُسْكَنُ الرِّيحَ فَيَظَلُّنَّ رَوَاقِدَ عَلَى ظَهْرِهِ إِنَّ فِي ذَلِكِ لآيَاتٍ لِكُلِّ صَبَّارٍ شَکُورٍ»
- ۳- ابراهیم ۵- «وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا مُوسَىٰ بِآيَاتِنَا أَنْ أَخْرِجْ قَوْمَكَ مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَذَكِّرْهُمْ بِآيَاتِ اللَّهِ إِنَّ فِي ذَلِكِ لآيَاتٍ لِكُلِّ صَبَّارٍ شَکُورٍ» ؛ سبا ۱۵ تا ۱۹- «لَقَدْ كَانَ لِسَبَإٍ فِي مَسْکِنِهِمْ آيَةٌ جَنَّتَانِ... فَجَعَلْنَاهُمْ أَحَادِيثَ وَمَرَفْنَا لَهُمْ كُلَّ مَمْرَزٍ إِنَّ فِي ذَلِكِ لآيَاتٍ لِكُلِّ صَبَّارٍ شَکُورٍ»
- ۴- معارج ۲۳ در وصف مصلین
- ۵- اعراف ۱۷۲، ۱۷۳
- ۶- ص ۴۶- «إِنَّا أَخْلَصْنَاهُمْ بِخَالِصَةٍ ذَكَرَى الدَّارِ»
- ۷- حجر ۲۹ و ص ۷۲ «فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ»
- ۸- احزاب ۷۲- «إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ...»
- ۹- «اكثرُوا هادم اللذات الموت»
- ۱۰- احزاب ۳۵- «إِنَّ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَالْقَانِتِينَ وَالْقَانِتَاتِ وَالصَّادِقِينَ وَالصَّادِقَاتِ وَالصَّابِرِينَ وَالصَّابِرَاتِ وَالْخَاشِعِينَ وَالْخَاشِعَاتِ وَالْمُتَصَدِّقِينَ وَالْمُتَصَدِّقَاتِ وَالصَّائِمِينَ وَالصَّائِمَاتِ وَالْحَافِظِينَ فُرُوجَهُمْ وَالْحَافِظَاتِ وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا»
- ۱۱- احزاب ۲۱- «لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا»
- ۱۲- شعراء ۲۲۷ - ۲۲۴: «وَالشُّعْرَاءُ يَبِيعُهُمُ الْغَاوُونَ أَلَمْ تَرَ أَنَّهُمْ فِي كُلِّ وَادٍ يَهِيمُونَ وَأَنَّهُمْ يَقُولُونَ مَا لَا يَفْعَلُونَ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَذَكَرُوا اللَّهَ كَثِيرًا وَانْتَصَرُوا مِنْ بَعْدِ مَا ظَلَمُوا وَسَيَعْلَمُ الَّذِينَ ظَلَمُوا أَيَّ مُنْقَلَبٍ يَنْقَلِبُونَ»
- ۱۳- جمعه ۱۰- «فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ»
- ۱۴- احزاب ۴۱ تا ۴۴- «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا هُوَ الَّذِي يُصَلِّي عَلَيْكُمْ وَمَلَائِكَتُهُ لِيُخْرِجَكُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَكَانَ بِالْمُؤْمِنِينَ رَحِيمًا»
- ۱۵- حج ۴۰- «...وَلَوْلَا دَفَعُ اللَّهُ النَّاسَ بَعْضُهُمْ بَعْضًا لَهَدَمَتُ صَوَامِعُ وَبِيَعٌ وَصَلَوَاتٌ وَمَسَاجِدُ يُذْكَرُ فِيهَا اسْمُ اللَّهِ كَثِيرًا...»